

Fifty Quotes: Change your life

پەنجا وتە : ژیانت بگۆڕە

ئامادەکردن

بینەر محمد

بەڵێن عبدالرحمن

پێداچوونەوە

م.هێما ئەحمەد

(2023-2024)

پێشەکی

بەناوی خوای گەورە و میهرەبان، وەک خوێندکارانی بەشی ئینگلیزی کۆلێژی پەروەردە هەستاوین بە ئامادەکردنی ئەم نامیلکە جوانە بۆ خوێنەران بە تایبەتی و هەموو تاکێکی کۆمەڵگا بەگشتی، ئەم نامیلکەیە پەنجا وتە لەخۆدەگرێت بەهەردوو زمانی ئینگلیزی و کوردی، دەربارەی دە بابەتی جیاواز کە دەتوانرێت ئەم وتانە بۆ ژیانی ڕۆژانە سوودی لێوەربگیرێت، بەهیوای سوود بۆ هەمووان.

ناوەڕۆک

Inspiration

Inspiration and Motivation

Motivation

"The only way to do great work is to love what you do."

"تاکە ڕێگا بۆ ئەنجامدانی کارێکی مەزن ئەوەیە ئەو کارەت خۆشبوێت کە ئەنجامی دەدەیت."

Steve Jobs

"Believe you can and you're halfway there."

"بڕوا بکە دەتوانیت و نیوەیت ئەنجام داوە."

Theodore Roosevelt

"Your time is limited, So don't waste it living someone else's life."

"کاتی تۆ سنوردارەبۆیە لەژیانی کەسانی دیکەدا بەفیڕۆی مەدە."

Steve Jobs

"Success is not final, failure is not fatal: It is the courage to continue that counts."

"سەرکەوتن کۆتایی نییە، شکست کوشندە نییە:هەبوونی بوێری بۆ ئەوەی بەردەوام بیت گرنگە."

Winston Churchill

"The only person you are destined to become is the person you decide to be."

"تاکە کەس کە قەدەر وایە ببیت ئەو کەسەیە کە بڕیار دەدەیت ببیت."

Ralph Waldo Emerson

Positivity

Positivity and Optimism

Optimism

“The only limit to our realization of tomorrow will be our doubts of today.”

"تاکە سنوورێک بۆ بەدیهێنانی سبەینێمان گومانەکانی ئەمڕۆمان دەبێت."

Franklin Roosevelt

"Keep your face always toward the sunshine—and shadows will fall behind you."

"هەمیشە ڕووت لە تیشکی خۆر بێت، سێبەرەکان لە دوات دەبن."

Walt Whitman

“The pessimist complains about the wind; the optimist expects it to change; the realist adjusts the sails.”

"کەسی ڕەشبین گلەیی لە با دەکات؛ گەشبینەکە چاوەڕێی گۆڕینی
دەنگی با دەکات؛ کەسی گەشبین چارۆکەکانی کەشتیەکە ڕێکدەخات”.

William Arthur Ward

"Your attitude, not your aptitude, will determine your altitude."

"هەڵوێستی تۆیە نەک لێهاتوویت، کە ئاستی دەستکەوتەکانت دیاری دەکات."

Zig Ziglar

"Optimism is the faith that leads to achievement.
Nothing can be done without hope and confidence."

"گەشبینی ئەو باوەڕەیە کە دەبێتە هۆی
دەستکەوت. هیچ شتێک بەبێ هیوا و متمانە ناکرێ."

Helen Keller

Self-Love

Self-Love and Acceptance

Acceptance

“You are not a drop in the ocean. You are the entire ocean in a drop.”

"تۆ دڵۆپێک نی لە زەریایەکدا. تۆ خودی زەریاکەی لە دڵۆپێکدا"

Rumi

"If you have the ability to love, love yourself first."

"ئەگەر توانای خۆشەویستیت هەیە، سەرەتا خۆتت خۆش بوێت."

Charles Bukowski

"You can't go back and change the beginning, but you can start where you are and change the ending."

"ناتوانیت بگەڕێیتەوە و دەستپێک بگۆڕیت، بەڵام دەتوانیت لەو شوێنەی کە هەیت دەستپێبکەیت و کۆتایی بگۆڕیت."

C. S. Lewis

"We are all stronger, smarter, talented, beautiful, and more resilient than we were told."

"هەمووومان بەهێزتر و زیرەکتر, بەتواناتر, جوانتر, و خۆڕاگرترین لەوەی پێمان گوترا"

CeCe McDonald

“Remind yourself that you cannot fail at being yourself.”

"بیری خۆت بهێنەوە کە ناتوانیت لە خۆت بووندا شکست بهێنیت."

Wayne Dyer

Courage

Courage and Resilience

Resilience

“ Failure will never overtake me if my determination to succeed is strong enough.”

"شکست هەرگیز بەسەرمدا نایەت ئەگەر ئیرادەی سەرکەوتنم بەهێزبێت."

Og Mandino

“If your heart is broken, make art with the pieces.”

"ئەگەر دڵت شکا، شاکارێکی هونەری دروستبکە."

Shane Koyczan

“I am what I am: an individual, unique and different.”

"من ئەوەم کە هەم: تاکێکی ناوازە و جیاواز."

"Charlie Chaplin"

"Fall seven times, stand up eight."

"حەوت جار بکەوە، هەشت جار هەستەوە."

Japanese Proverb

"If you're going through hell, keep going."

"ئەگەر بەناو دۆزەخیشدا بڕۆیت بەردەوام بە."

Winston Churchill

Friendship

Friendship and Connection

Connection

"True friends are never apart, maybe in distance but never in heart."

"هاوڕێ ڕاستەقینەکان هەرگیز لەیەکتر جیانابنەوە، ڕەنگە لەیەک دوربن بەڵام لە دڵدا هەرگیز!"

Unknown

“A real friend is one who walks in when the rest of the world walks out.”

"هاوڕێی ڕاستەقینە ئەوەیە کە ئەو کاتەی جیهان هەمووی لێت دوور دەکەوێتەوە، ئەو لێت نزیک دەبێتەوە."

Walter Winchell

"A friend is someone who understands your past, believes in your future, and accepts you just the way you are."

"هاوڕێ کەسێکە کە لە ڕابردووت تێدەگات و باوەڕی بە داهاتووت هەیە وبەوشێوەیەی هەی قبوڵت دەکات. "

Unknown

“The meeting of two personalities is like the contact of two chemical substances: if there is any reaction, both are transformed.”

"کۆبوونەوەی دوو کەسایەتی وەک بەرکەوتنی دوو مادەی کیمیایی وایە:
ئەگەر هەر کاردانەوەیەک هەبێت، هەردووکیان دەگۆڕدرێن."

Carl Jung

"To love and be loved is to feel the sun from both sides."

"خۆشەویستی و خۆشویستن بریتییە لەهەبوونی خۆشەویستی لە هەردوولاوە."

David Viscott

Gratitude

Gratitude and Appreciation

Appreciation

"Gratitude is the ability to experience life as a gift. It liberates us from the prison of self-preoccupation."

"سوپاسگوزاری بریتیە لە توانای ئەزموونکردنی ژیان وەک دیارییەک.
ئازادمان دەکات لە زیندانیەکی تەنیا و خوودی."

John Ortberg

"As we express our gratitude, we must never forget that the highest appreciation is not to utter words, but to live by them."

"کاتێک سوپاسگوزاری دەردەبڕین، هەرگیز نابێت بیرمان بچێت کە زۆرترین ڕێزلێنان بریتی نییە لە دەربڕینی وشەکان، بریتیە لەوەی بەکرداری سوپاسگوزارییەکەت دەر ببڕیت."

JOHN F. KENNEDY

I awoke this morning with devout thanksgiving
for my friends, the old and the new."

"ئەم بەیانییە لەخەو هەستام لەگەڵ سوپاسگوزاریەکی تایبەت
بۆ هاوڕێکانم،کۆن و نوێییەکان."

RALPH WALDO EMERSON

"Gratitude isn't a burdening emotion."

"سوپاسگوزاری بارگرانی نییە."

Loretta Young

"The power of finding beauty in the humblest things makes home happy and life lovely."

"هێزی دۆزینەوەی جوانی لە سادەترین شتەکاندا
وادەکات ماڵ و ژیانت پڕبێ لەدڵخۆشی و خۆشبەختی".

Louisa May Alcott

Success

Success and Hard work

Hard work

"Hard work always pays off, whatever you do."

"کارکردن بە سەختی هەمیشە بەرهەمی دەبێت،هەرچی ئەنجام بدەیت."

Dustin Lynch

"Pain is temporary. Quitting lasts forever."

"ئازار کاتییە،وازهێنان بۆ هەتا هەتاییە."

Lance Armstrong

"Success usually comes to those who are too busy to be looking for it."

"سەرکەوتن بۆ ئەوانە دێتە پێش کە زۆربەی کات سەرقاڵن بە گەڕان بەدوایيدا."

Henry David Thoreau

"The dictionary is the only place that success comes before work."

"فەرهەنگی زمان تەنیا شوێنێکە کە سەرکەوتن پێش کارکردن دێت."

Vince Lombardi

"Work hard in silence, let success be your noise."

"بەسەختی کاربکە لە بێدەنگیدا،ڕێگە بدە سەرکەوتن دەنگدانەوە و هاواری تۆ بێت."

Frank Ocean

Happiness

Happiness and Joy

Joy

"Happiness depends upon ourselves."

"دڵخۆشی بەندە بەخودی خۆمان."

Aristotle

"One of the secrets of a happy life is continuous small treats."

"یەکێک لە نهێنییەکانی ژیانێکی دڵخۆش، بەردەوامی هەڵسوکەوتە سادەکانە."

Iris Murdoch

"For every minute you are angry you lose sixty seconds of happiness."

"بۆ هەر خولەکێک کە توڕەیت، 60 چرکە لە دڵخۆشی لە دەستدەدەیت."

Ralph Waldo Emerson

"Learn to value yourself, which means: fight for your happiness."

"فێربە نرخی خۆت بزانی، بجەنگە بۆ دڵخۆشیت."

Ayn Rand

"Be happy with what you have while working for what you want.”

"دڵخۆشبە بەوەی کە هەتە، لەکاتێکدا کاردەکەیت بۆ ئەوەی دەتەوێت."

Helen Keller

Wisdom

Wisdom and Learning

Learning

"If you have knowledge, let others light their candles in it."

"گەر زانستێکت زانی،ڕێگە بدە ئەوانی تر مۆمی خۆیانی پێ دابگیرسێنن."

Margaret Fuller

"Knowledge is love and light and vision."

"زانین بریتیە لە خۆشەویستی و ڕووناکی و بینایی."

Helen Keller

"To attain knowledge, add things everyday. To attain wisdom, remove things every day."

"بۆ بەدەستهێنانی زانیاری، هەموو ڕۆژێک شتانێک زیادبکە.بۆ بەدەستهێنانی ژیری، ڕۆژانە شتانێک بسڕەوە."

Lao tse

"Emotion without reason lets people walk all over you; reason without emotion is a mask for cruelty."

"هەست بەبێ هۆکار ڕێگەدەدات خەڵک بەکارت
بێنێت،هۆکار بەبێ هەست ڕووپۆشێکە بۆ دڵ ڕەقی."

Nalini singh

"Time, as it grows old, teaches all things."

"کات هەتا تێدەپەڕێت،هەموو شتێک دەردەخات و فێرمان دەکات."

Aeschylus

Change

Change and Growth

Growth

"The measure of intelligence is the ability to change."

"پێوەری ژیری بریتیە لەوەی بتوانی بگۆڕێیت."

Albert Einsteien

"Change is inevitable. Growth is optional."

"گۆڕان شتێکە هەر دەبێت ڕووبدات، بەڵام گەشەکردن بژاردەی خۆتە."

John C. Maxwell

"Things change. And friends leave. Life doesn't stop for anybody."

"شتەکان دەگۆڕێن.هاوڕێییەکان دەڕۆن.ژیان بۆ کەس ناوەستێت."

Stephen Chobsky

"What we think, we become."

"بیر لەچی دەکەینەوە، دەبین بە ئەوە."

Buddha

"If you want to increase your success rate, double your failure rate."

"ئەگەر بتەوێت پلەی سەرکەوتنەکانت زیاد بکەیت، پلەی شکستەکانت دووهێندە بکە"

Thomas Watson

Inspiration

Positivity

Self-Love

Courage

Motivation

Optimism

Acceptance

Resilience

Friendship

Gratitude

Success

Happiness

Connection

Appreciation

Hard work

Joy

Wisdom

Change

Learning

Growth